

Hand-Out Webinar ‘(Media)wijs op school’

Inhoud

1. Relevante websites en nieuwsbrieven
2. Stappenplan pijlers volgens de Gezonde School-aanpak

Relevante websites en nieuwsbrieven

- Aanmelden voor de GGD nieuwsbrief voor onderwijsprofessionals
 - [GGD West-Brabant](#)
 - [GGD Hart voor Brabant](#)
- Gezonde School | Mediawijsheid
 - [Primair Onderwijs](#)
 - [Gespecialiseerd Onderwijs](#)
- [Week van de Mediawijsheid](#)
- [Risk Factory](#)
 - Dé ontdekkingsfabriek voor veiligheid en gezondheid: De Risk Factory is een ervaringsgerichte leeromgeving waar leerlingen uit groep 7 en 8 op een interactieve manier leren omgaan met risico's rondom veiligheid en gezondheid. Tijdens negen verschillende scenario's – waaronder het thema Veilig Online – doen leerlingen praktische kennis en vaardigheden op die bijdragen aan hun weerbaarheid.
- Meer informatie op www.mediawijsheid.nl

Stappenplan pijlers volgens de Gezonde School-aanpak

Pijler Educatie

- **Kies je leerdoelen bewust:** Media beïnvloeden het mentale, fysieke én sociale welzijn. Denk aan ooggezondheid, slaap, concentratie, houding, privacy, pesten en online relaties. Maak gerichte keuzes: waar wil je met jouw groep of school aan werken?
- **Integreer in het curriculum:** Verwerk mediawijsheid structureel in de lessen, bijvoorbeeld binnen digitale geletterdheid, burgerschap of sociaal-emotionele ontwikkeling.
- **Koppel lesactiviteiten aan beleid:** Leg vast waarom en wanneer mediawijsheid aan bod komt. Dat geeft houvast aan het team en ouders.
- **Investeer in je team:** Zorg dat leerkrachten zich bekwaam voelen. Bied scholing aan of overweeg een mediacoach. Denk ook aan thema's als online pesten, sexting of digitale balans.
- **Betrek ouders:** Informeer hen over het lesprogramma, organiseer ouderavonden en geef tips voor thuis. Mediaopvoeding werkt het beste als school en ouders hierin samenwerken.

Tip: Op Mediawijsheid.nl en Mediagesprek.nl vind je lesmateriaal, tips voor professionals én ouders.

Pijler Omgeving

- **Geef het goede voorbeeld:** Bespreek ook je eigen mediagebruik en toon interesse in de online leefwereld van leerlingen.
- **Stimuleer offline balans:** Zeker tijdens pauzes en eetmomenten. Zet bijvoorbeeld een [luisterboek](#) op tijdens de pauze.
- **Richt je omgeving bewust in:** Denk aan posters, rustige plekken, schermfilters, zitballen of bewegend leren.
- **Betrek ouders actief:** Informeer, organiseer ouderavonden en gebruik de ouderraad als sparringpartner.
- **Werk samen met ketenpartners:** Zoals de GGD, bibliotheek, jeugdagenteen of mediacoaches.
- **Tips voor de praktijk**

- o [DigitaleBalans.nl](https://digitalebalans.nl): zelftest en praktische balans-tips
- o Raamstickers 20-20-2-regel: [Ncj.nl](https://ncj.nl)
- o Ouderavonden organiseren? Kijk bij CJG, [Bureau Jeugd & Media](https://bureaujeugdmedia.nl) of [PlayBack](https://playback.nl) (voorstellingen *Like Me* en *Log In*)

Pijler Signaleren

- **Wees alert op signalen van zorgwekkend mediagebruik**, zoals verminderde concentratie, teruggetrokken gedrag, slaapproblemen, of opmerkingen over groepsdruk in appgroepen.
- **Investeer in deskundigheid van het team**: Bied trainingen aan over onderwerpen als shame-sexting, cyberpesten, gameverslaving of uitsluiting via sociale media. Door deskundigheid op te bouwen, kunnen medewerkers niet alleen signaleren, maar ook het gesprek aangaan en gericht doorverwijzen. Er zijn verschillende e-learnings en online trainingen beschikbaar voor leerkrachten via [Jouw Gezonde School](https://jouwgezondechool.nl).
- **Leg duidelijke afspraken vast**: Maak binnen het schoolteam heldere afspraken over wie wat doet bij zorgwekkend gedrag. Wie is het aanspreekpunt bij signalen? Wat gebeurt er als een leerkracht iets opmerkt? Is er een vast aanspreekpunt, zoals een vertrouwenspersoon of zorgcoördinator? Leg dit vast in een zorgprotocol en zorg dat *alle* teamleden deze afspraken kennen.
- **Werk samen met interne en externe partners**: Het interne ondersteuningsteam, maar ook externe partijen zoals jeugdverpleegkundigen, ouder- en kindteams, de jeugdarts of – indien nodig – de politie.
- **Verlaag de drempel tot hulp**: Zorg dat leerlingen, ouders en verzorgers weten waar ze terecht kunnen – ook als er nog geen concrete hulpvraag is. Benoem het tijdens ouderavonden, zet het op de website en in de schoolgids, en verwijst actief naar betrouwbare hulpbronnen, zoals:
 - o [HelpWanted.nl](https://helpwanted.nl) – hulp bij grensoverschrijdend online gedrag
 - o [Opvoeden.nl](https://opvoeden.nl) – informatie voor ouders
 - o [Ouders.nl](https://ouders.nl) – over mediaopvoeding
 - o [Mediagesprek.nl](https://mediagesprek.nl) – gespreksstarter voor ouders
 - o [Nji.nl](https://nji.nl) – informatie voor professionals
 - o Tips voor het omgaan met incidenten vind je bij [Stichting School & Veiligheid](https://stichtingschoolveiligheid.nl) en in het [Stappenplan Sexting](https://stappenplansexting.nl).

Pijler Beleid

- **Protocol**: Stel een protocol op voor bijv. sexting, online pesten of het gebruik van sociale media.
- **Regels**: Formuleer heldere gedragsregels over mediagebruik, zowel voor leerlingen als ouders op het schoolplein. Maak afspraken over appgroepen, delen van foto's en video's en het gebruik van devices.
- **Betrokkenheid**: Ontwikkel beleid samen met medewerkers, ouders en leerlingen. Zo wordt de kans op naleving groter.
- **Communicatie**: Leg afspraken vast in de schoolgids, bespreek ze op ouderavonden en informeer jaarlijks via nieuwsbrief of website.
- **Borging**: Wijs een coördinator aan (bijv. de Gezonde School-coördinator) die verantwoordelijk is voor het beleid.
- **Evaluatie**: Evalueer het beleid periodiek. Wat werkt wel en wat niet? Sluit het nog aan bij technologische ontwikkelingen en signalen uit de praktijk?
- **Enkele bronnen voor verdieping**:
 - o [Mediawijsheid voor schoolbestuurders](https://mediawijsheidvoorschoolbestuurders.nl)
 - o [Handboek Digitale Geletterdheid](https://handboekdigitalegeletterdheid.nl) (op Kennisnet)